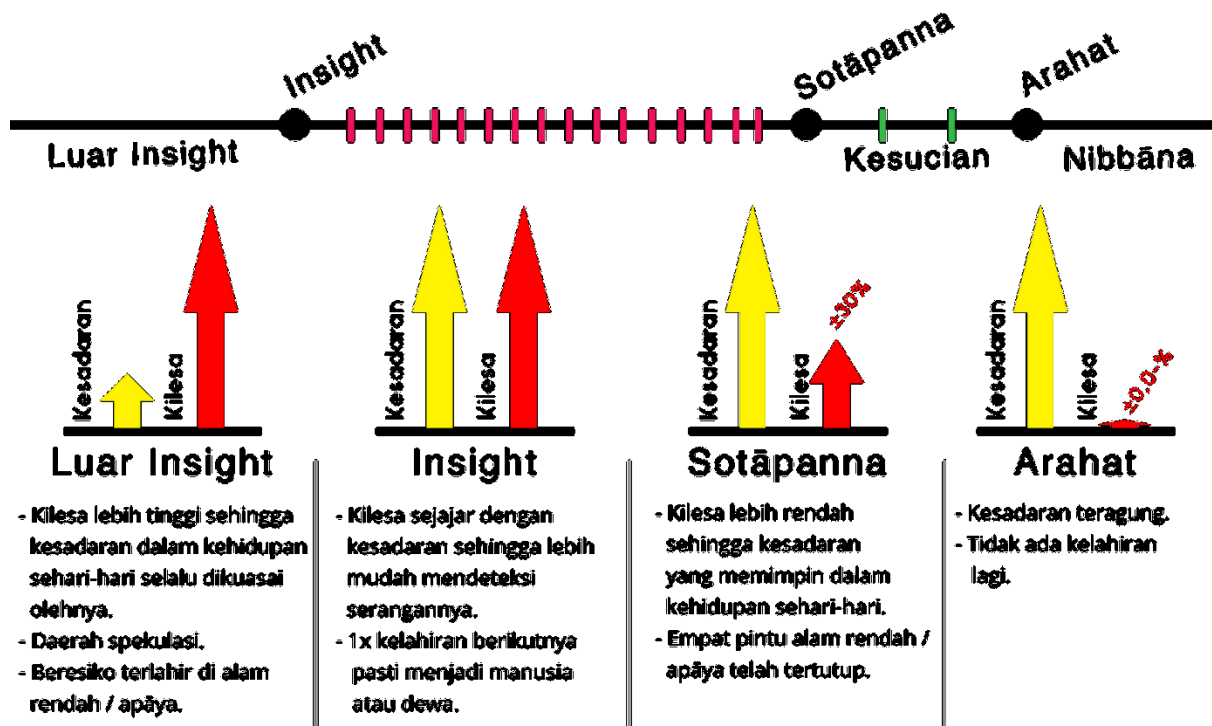


Tingkat Kesadaran: Insight, Sotāpanna, Arahat, Nibbāna

Updated: Apr 12, 2018



Mungkin anda sudah sering mendengar istilah-istilah tentang kesucian. Salah satunya sebagai umat Buddha ketika anda pergi ke vihara setiap minggu untuk mengikuti kebaktian rutin, pasti anda akan membacakan paritta Saṅghānusati, perenungan terhadap Saṅgha. Dalam perenungan tersebut dinyatakan:

"Mereka adalah empat pasang makhluk, terdiri dari delapan jenis makhluk suci. Itulah Saṅgha siswa Sang Bhagavā."

Dan terdapat catatan kaki di bagian bawah yang menjabarkan tentang empat pasang makhluk tersebut yang terdiri dari Sotāpanna, Sakadāgāmi, Anāgami, Arahat. Jika anda bertanya siapa sebenarnya makhluk-makhluk tersebut? Dapat diyakini akan banyak orang yang dapat memberikan penjabaran mendetail tentang ciri-ciri dari makhluk-makhluk tersebut, mulai dari belunggu yang telah mereka lenyapkan, apa yang tidak akan mereka lakukan, berapa kali mereka akan terlahir lagi, di mana mereka akan terlahir, dan sebagainya. **Tapi pernahkah muncul dalam benak anda, bagaimana cara untuk dapat menjadi bagian dari makhluk-makhluk suci tersebut?**

Yang dikatakan sebagai Nibbāna adalah ketika seorang individu tidak memiliki lagi tumpukan [kekotoran batin / kilesa yaitu lobha, dosa, moha](#) sehingga tidak ada kelahiran lagi bagi dirinya. Keadaan ini adalah suatu pencapaian yang dapat diraih oleh semua orang. Kata kuncinya adalah pencapaian, jadi tentunya hal ini merupakan suatu pekerjaan yang harus dilakukan dengan penuh perjuangan dalam mengikis kilesa hingga lenyap total, bukanlah dengan doa-doa ataupun jampi-jampi.

Untuk menuju titik terakhir tersebut terdapat beberapa tingkatan yang harus dilalui yaitu masuk ke dalam insight, lalu menguras 70-sekian % kilesa sehingga mencapai tingkat kesucian pertama Sotāpanna, dan lanjut menguras 80-sekian % kilesa sehingga mencapai Sakadāgāmi, lalu lanjut lagi menguras 90-sekian % kilesa sehingga mencapai Anāgami, dan menguras sisanya sehingga mencapai Arahat. Perlu dicatat bahwa presentase ini hanyalah perkiraan saja yang digunakan untuk memberi sedikit gambaran atas tingkatan kesucian tersebut. Tentunya untuk menguras kilesa, jalan satu-satunya adalah dengan melaksanakan [meditasi vipassanā](#) yang berdasarkan satipaṭṭhāna sutta, tidak ada cara yang lain. [Y.M. Bhikkhu Gunasiri](#) mengupas tingkat kesadaran ini dalam ceramah dhamma yang disampaikan saat retret meditasi 10 hari di [Sukhesikarama Mindfulness Forest](#).